



# CENTRE SOCIAL INTERCOMMUNAL

Pôle Adultes & Familles



**PROGRAMME D'ANIMATIONS**  
avril à juin 2026

## Bienvenue au Centre Social Intercommunal

Un lieu chaleureux où rencontres, échanges et partage rythment le quotidien !

**Nos activités à ne pas manquer !**

### Vos rendez-vous hebdo

Ateliers créatifs, balades, moments détente... Prenez du temps pour vous et rechargez les batteries !

### Prenez soin de vous

Gym douce, sorties, repas partagés... Autant d'occasions de se retrouver et de profiter ensemble !

### Un espace d'écoute et d'échanges

Venez papoter, discuter et échanger autour d'un café-discut' ou rejoignez d'autres parents au Café-poussette et au Lieu d'Accueil Parents-Enfants Méli-Mélo.

### Des événements festifs toute l'année

Carnaval, Cap sur les Jeux, Halloween, Fête de la Soupe... De quoi s'amuser et créer des souvenirs ensemble !

### Des activités nouvelles pour petits et grands

Éveil musical parents/enfants, percussions africaines, ateliers cuisine en famille.

### Une équipe à votre service

Des pros à l'écoute pour vous accompagner et vous conseiller au quotidien.

### Votre avis compte

Envie de faire bouger les choses ? Participez à nos projets et partagez vos idées !

### Envie de nous rejoindre ?

Poussez les portes du Centre Social Intercommunal, seul, en famille ou entre amis. On vous attend avec plaisir !

## Rejoignez le Centre Social et profitez d'un max d'activités !

Envie de participer aux activités du Centre Social ? C'est simple ! Il suffit de vous inscrire et, pour certaines activités, une participation financière est demandée.

**Adhésion annuelle et familiale** (valable de septembre à août) :

**Habitants de la CCMT : 15€50**

**Extérieurs : 24€**

**Paiement en espèces ou par chèque** à l'ordre de Régie Enfance Jeunesse Famille CCMT.

**Infos & inscriptions auprès du Centre Social Intercommunal.**

Ouvert du lundi au vendredi, de 9h à 12h et de 14h à 17h.

**Centre Social Intercommunal**

**1 rue Chanay - TOURNUS**

**03 85 27 04 40**

**accueil.chanay@tournus.fr**

**Besoin d'un renseignement ? Contactez-nous !**

INFORMATIONS

INFORMATIONS



## ATELIERS GYM DOUCE

ADHÉSION OBLIGATOIRE

GRATUIT

Les jeudis de 9h15 à 10h15

(sauf pendant les vacances scolaires et jours fériés)

Avril : 2 - 23 - 30

Mai : 7 - 21 - 28

Juin : 4 - 11 - 18 - 25

Juillet : 2



Rendez-vous à l'Accueil de Loisirs, Vieille route d'Ozenay-Tournus.

**Animés par Claire Bornarel**, enseignante en activité physique adaptée et santé. Rejoignez nos **ateliers de Gym Douce** spécialement conçus pour les seniors ! Ces séances vous permettront de maintenir votre forme physique en douceur, tout en renforçant votre souplesse, votre équilibre, et votre bien-être général.

**Inscription obligatoire !**

## ATELIERS SCRAPBOOKING

ADHÉSION OBLIGATOIRE

GRATUIT

Les jeudis de 14h à 17h

(sauf pendant les vacances scolaires et jours fériés)

Avril : 2 - 30

Mai : 7 - 21

Juin : 4 - 18

Juillet : 2



Rendez-vous au Centre Social - 1 rue Chanay à Tournus

**Ateliers animés par Jocelyne**

Envie mettre en valeur vos souvenirs et de laisser parler votre créativité ? Cet atelier vous invite à découvrir l'art du scrapbooking.

**Au programme :**

- Explorez différentes techniques de découpage, collage et décoration
- Créez des cartes, des boîtes personnalisées
- Partagez des idées, échangez vos astuces

**Inscription obligatoire !**

ADULTES

## CAFÉ POUSSETTE

GRATUIT

Deux jeudis par mois entre 9h30 et 11h

Avril : 2 - 23

Mai : 7 - 21

Juin : 4 - 18

Juillet : 2



Rendez-vous au Centre Social - 1 rue Chanay à Tournus

Parents, grands-parents, venez partager un moment d'échange avec vos tout-petits au **Café Poussette** !

C'est l'endroit idéal pour faire une pause, rencontrer d'autres parents, partager vos expériences, et passer un bon moment avec vos bouts de chou dans une ambiance chaleureuse et bienveillante.

Des professionnelles de la famille seront présentes pour vous accueillir.

**Aucune inscription requise, accès libre !**



## MÉLI-MÉLO : LIEU D'ACCUEIL ENFANT/PARENT

GRATUIT

Les mardis entre 9h30 et 11h30 (hors vacances scolaires).

Avril : 21 - 28

Mai : 5 - 12 - 19 - 26

Juin : 2 - 9 - 16 - 23 - 30



Rendez-vous à la Ludothèque - rue Raymond Dorey à Tournus.

Bienvenue au **Lieu d'Accueil Enfant/Parent**, un espace conçu pour vous et vos tout-petits (- de 4 ans) !

Ici, parents et enfants peuvent se retrouver, jouer, apprendre et partager des moments précieux ensemble.

Cet espace convivial est dédié aux rencontres, aux échanges, et aux activités ludiques qui favorisent le développement des enfants et le bien-être des parents. Venez profiter de cet espace chaleureux où petits et grands pourront s'épanouir ensemble. **On vous attend avec impatience !**

**Aucune inscription requise, accès libre !**

FAMILLES

## CAFÉ DISCUT'

Partagez un moment convivial autour d'un café, un thé, une friandise  
2 mardis par mois de 9h à 10h30

Avril : 7 - 21  
Mai : 5 - 19  
Juin : 9 - 23

Rendez-vous au Centre Social - 1 rue Chanay à Tournus



Un café, des échanges et de la bonne humeur !  
Envie de discuter, de rencontrer de nouvelles personnes ou tout simplement de passer un bon moment autour d'un café ?  
Venez nous rejoindre pour un Café discut' dans une ambiance détendue et chaleureuse.  
Actualités, passions ou simples conversations, tout est permis !

GRATUIT

## BLABLA MARCHÉ

Les lundis de 9h30 à 11h30  
(sauf pendant les vacances scolaires et jours fériés)

Avril : 20 - 27  
Mai : 4 - 11 - 18  
Juin : 1 - 8 - 15 - 22 - 29

Départ du Centre Social - 1 rue Chanay à Tournus

Envie de marcher et de papoter ? Rejoignez-nous pour l'atelier **Blabla Marche** ! Une sortie conviviale où l'on profite des bienfaits de la marche tout en échangeant dans une ambiance détendue et chaleureuse.

### Au programme :

- une balade tranquille pour respirer, bouger et bavarder.
- l'occasion parfaite de faire de l'exercice, de tisser des liens et de partager vos idées.

**Prévoir :** une tenue adaptée à la météo, de bonnes chaussures, votre bonne humeur et vos envies de papoter !

Circuit facile, de 5 à 6 km (annulé en cas de pluie)

Inscription obligatoire !

ADHÉSION OBLIGATOIRE

GRATUIT



ADULTES

## ATELIER PEINTURE - LOISIRS CRÉATIFS

Les lundis de 14h à 17h  
(sauf pendant les vacances scolaires et jours fériés)

Avril : 20 - 27  
Mai : 4 - 11 - 18  
Juin : 1 - 8 - 15 - 22 - 29

Rendez-vous au Centre Social - 1 rue Chanay à Tournus

### Atelier animé par Isabelle.

Envie de laisser libre cours à votre créativité ?  
Rejoignez nous pour des ateliers peinture où l'art se mêle à la bonne humeur !  
Que vous soyez débutant ou artiste en herbe, explorer différentes techniques artistiques et découvrez le plaisir de créer dans une ambiance conviviale.

**A prévoir :** supports à peindre, toile, bois...

\* le matériel de base est fourni

Inscription obligatoire !

GRATUIT

ADHÉSION OBLIGATOIRE



## ATELIER PERCUSSION AFRICAINE

Lundis 4, 11 et 18 mai de 20h à 21h

Rendez-vous au Centre Social - 1 rue Chanay à Tournus

Un professionnel de l'école de musique de Tournus vous fera découvrir les sonorités africaines, voyage au cœur de l'Afrique garanti.

A partir de 16 ans

Nombre de place limitée

Inscription auprès du centre social

GRATUIT

ADHÉSION OBLIGATOIRE



TOURNUS

ADULTES

## SORTIE FAMILIALE AU PARC DES OISEAUX À VILLARS LES DOMBES

PAYANT

Samedi 30 mai de 8h à 18h

Admirez les oiseaux en plein vol lors du spectacle : un véritable feu d'artifice de couleurs. Contemplez les vautours, le Cariama huppé, les Pelicans, le Martin pêcheur et bien d'autres encore.

Donnez à manger aux oiseaux farceurs qui vous remercieront en se mettant sur vos épaules....monter la tour de 24 mètres pour admirer le parc et ses habitants de haut.

Horaires et lieux de départ :

- Tournus (centre social - 1 rue Chanay) : 8h15
- Fleurville (mairie) : 8h30

Départ de Villars les Dombes : 16h30

- Arrivée à Fleurville : 17h30
- Arrivée à Tournus : 18h

**Inscription obligatoire auprès du centre social avant le mardi 26 mai à 17h.**

**Nombre de places : 55 personnes.**

**Repas sortie du sac (pique-nique). Possibilité de restauration sur place (à la charge des familles).**

**Tarifs (comprenant le transport en bus et l'entrée)**

**Moins de 13 ans : 6€**

**A partir de 13 ans : 11€**



© Parc animalier à Villars-les-Dombes, Ain - Parc des Oiseaux

## ATELIER ÉVEIL MUSICAL PARENTS/ENFANTS

PAYANT

ADHÉSION OBLIGATOIRE

Mercredi 3 juin de 6 mois à 2 ans

Mercredi 10 juin de 3 à 5 ans  
de 9h30 à 10h15

Rendez-vous au Centre Social - 1 rue Chanay à Tournus

Un atelier pour développer la sensibilité auditive et la curiosité des plus petits. Une activité ludique et pédagogique.

Encadré par une professionnelle de l'école de musique de Tournus.

**Nombre de places limité**

**Inscription auprès du centre social !**



## JOURNÉE EN FAMILLE À OZENAY

GRATUIT

Dimanche 7 juin de 10h à 18h

Rendez-vous au Foyer rural d'Ozenay

La Fête sera au rendez-vous : jeux, maquillage, pêche à la truite, structures gonflable, espace sensoriel... De bons moments en famille garantie.

**Animation du centre social : l'alimentation saine et équilibrée.**



FAMILLES

FAMILLES

## THÉ DANSANT À FLEURVILLE

Vendredi 19 juin de 14h à 18h

Rendez-vous à la salle des fêtes de Fleurville

Nous vous invitons à un après-midi dansant placé sous le signe de la bonne humeur et de la convivialité !

Venez partager un moment agréable en musique, en bonne compagnie et sur une piste prête à vous accueillir pour des pas endiablés ou tout en douceur, selon vos envies !

**Inscription conseillée auprès du centre social**

**Navette possible sur inscription**

**Tarif : 5€**



PAYANT

ADULTES

## ATELIERS CUISINE EN FAMILLE

ADHÉSION OBLIGATOIRE

PAYANT

**Mercredi 13 mai de 10h à 14h**

Venez découvrir le Food Art : imaginez et créez votre assiette

**Mercredi 27 mai de 10h à 14h**

Confectionnez de délicieux burgers maison

Rendez-vous au Centre Social - 1 rue Chanay à Tournus

2 menus pour égayer les papilles des petits et des grands !

**Nombre de places limité**

**Inscription obligatoire avant les lundis 11 et 25 mai !**

**Tarif : 3€ / atelier**



## SOIRÉE D'ÉCHANGES : L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE DES ENFANTS

GRATUIT

**Mardi 26 mai à 20h**

Rendez-vous à l'Accueil de Loisirs, Vieille route d'Ozenay-Tournus.

Animée par Margaux Voisin, diététicienne et nutritionniste.

Comment aider son enfant à bien manger au quotidien : repères, astuces et compréhension de ses besoins alimentaires. Focus sur le petit-déjeuner et le goûter.



**Gratuit, ouvert à tous.**

**Accueil des enfants durant le temps d'échanges, sur inscription auprès du centre social.**

FAMILLES